5.027 Polievka hovädzia
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
hovädzie zadné	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
cibuľa	0,30	0,25	0,40	0,34	0,40	0,34	0,50	0,42
mrkva	1,00	0,80	1,00	0,80	1,30	1,04	1,50	1,20
petržlen	0,40	0,32	0,50	0,40	0,50	0,40	0,80	0,64
zeler	0,40	0,32	0,50	0,40	0,50	0,40	0,70	0,56
kaleráb	0,40	0,32	0,50	0,40	0,50	0,40	0,70	0,56
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11
soľ	0,06	0,06	0,08	0,08	0,10	0,10	0,12	0,12
korenie celé čierne			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
korenie nové			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	36		42		44		54	

Výrobný postup

Hovädzie mäso umyjeme vcelku, dáme variť do slanej vody s očistenou celou cibuľou a korením. K polomäkkému mäsu pridáme umytú, očistenú koreňovú zeleninu a uvaríme. Vývar scedíme, mäso vyberieme a pokrájame na porcie, ktoré podávame s rôznymi prílohami. Zeleninu pokrájame a vložíme do vývaru. Polievku nakoniec dochutíme umytou posekanou petržlenovou vňaťou pred konzumáciou. Podávame so závarkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	270	65	1,64	1,1	0,0	1,5	0,7	27,2	1,4	0,179	0,0	0,1	5,0	0,0
B	319	77	3,60	1,3	0,0	1,9	0,8	31,7	1,6	0,180	0,0	0,1	5,8	0,0
C	365	88	5,53	1,5	0,0	2,3	1,0	35,3	1,9	0,231	0,0	0,1	5,9	0,0
D	424	102	7,58	1,7	0,0	3,0	1,3	44,0	2,2	0,270	0,1	0,1	8,9	0,0